このたびは、シチズンウオッチをお買い上げいただきましてありがとうございます。
ご使用の前にこの取扱説明書をよくお読みの上、正しくお使いくださいますようお願い申し上げます。なお、この取扱説明書は大切に保管し、必要に応じてご覧ください。また、シチズンホームページの「時計の操作ガイド」で操作説明がご覧いただけます。**http://citizen.jp/**

安全にお使いいただくために—必ずお守りください

お使いになる人や他の人への危害、財産への損害を未然に防止するため、必ずお守りいただくことを、次のように説明しています。

■表示内容を無視して誤った使い方をしたときに生じる危害や損害の程度を、次の表示で区分し、説明しています。

⚠警告	この表示の欄は、「死亡又は重傷などを負う可能性が想定される」内容です。
⚠注意	この表示の欄は、「傷害を負う可能性又は物的損害のみが発生する可能性が想定される」内容です。

■お守りいただく内容の種類を、次の絵表示で区分し、説明しています。
（下記は、絵表示の一例です。）

⚠	このような絵表示は、気を付けていただきたい「注意喚起」内容です。

⚠注意 人への危害を防ぐために

□ サウナなど時計が高温になる場所では、やけどの恐れがあるため、絶対に使用しないでください。
□ 激しい運動や作業をおこなうときは、ご自身や第三者へのけがや事故に十分ご注意ください。
□ 幼児を抱くときなどは、けがや事故防止のため、あらかじめ時計を外すなど十分ご注意ください。
□ ケースやバンドは直接肌に接しています。体質や体調によっては、皮膚にかゆみやかぶれを生じる場合があります。異常を感じたら、すぐに使用を中止して医師に相談してください。

かぶれの原因
• 金属・皮革アレルギー • 時計本体及びバンドに発生したサビ・汚れ・付着した汗など

この時計の特徴

アナログ表示とデジタル表示のコンビネーションウォッチ

1/1000秒単位のラップタイム計測（→20ページ）、計測記録はメモ機能が保存（→24ページ）

Eco-Drive 光で動く、電池交換いらずのエコ・ドライブ

世界43都市の時刻がわかるワールドタイム（→26ページ）

この時計は、光をエネルギーにして動きます。
長時間光に当てないと、充電不足で時計が停止します。
充電方法については11ページをご覧ください。

今すぐレースモードを使う

コースの距離を設定する

1. Ⓜボタンを押してレースモード(「RAC」)に切り替える
2. りゅうずの位置を1にする
3. Ⓐボタンを押して「YES」を表示させ、Ⓜボタンを2秒以上押す

4. ⒶまたはⒷボタンを押して数値を合わせ、Ⓜボタンを押して位を切り替える
5. りゅうずの位置を0にする

ラップタイムを計測する

1. Ⓜボタンを押してレースモード（「**RAC**」）に切り替える

2. Ⓑボタンを押して計測を開始する

3. Ⓐボタンを押してラップタイムを計測する

- Ⓐボタンを押すごとに、ラップタイムと時速が表示されます。
- 計測記録はメモモードに保存されます。

4. Ⓑボタンを押して計測を停止する

計測記録を見る

1. Ⓜボタンを押してメモモードに切り替える

「**FAS**」が表示されます。

2. Ⓐボタンを押して保存された計測記録を見る

Ⓐボタンを押すごとに、最速タイム（「**FAS**」）→平均タイム（「**AVG**」）→最遅タイム（「**LAT**」）→全ての記録（最古～最新）の順に表示されます。

レースモード、メモモードの詳細は20ページ、24ページをご覧ください。

目次

ご使用の前に 8
各部の名称.....8
ねじロックりゅうずの使いかた 9
充電の状態を確認する 10
充電方法 11
基準位置を確認する.....12
デジタル部のモードを切り替える 14
時刻・カレンダーを合わせる —時刻・カレンダーモード..... 16
クロノグラフ機能を使う —クロノグラフモード 18
ラップタイムを計測する —レースモード 20
コースの距離を設定する.....20
ラップタイムを計測する.....22
レースモードの計測記録を見る —メモモード..... 24
計測記録を見る.....24
計測記録を消去する.....25
他の都市の時刻を見る —ワールドタイムモード 26
都市を選ぶ.....27
アラーム機能を使う —アラームモード 28
タイマー機能を使う —タイマーモード 30
充電について 32
充電不足になると：充電警告機能.....32
充電時間の目安.....34

パワーセーブ機能 36

困ったときは 38
- 針の動きがおかしい
- デジタル部の表示がおかしい
- その他

基準位置を修正する 41

オールリセット 44
オールリセット後の各モードの表示... 45

使用上の注意 46
二次電池の取り扱いについて 46
充電上の注意 47
携帯時の注意 48
防水性能について 50
時計は常に清潔に 53

時計を末永く
お使いいただくために 54
日常のお手入れ 54
保管について 55
ナチュライト付きの場合 55

保証とアフターサービス 56

製品仕様 58

都市名一覧表 60

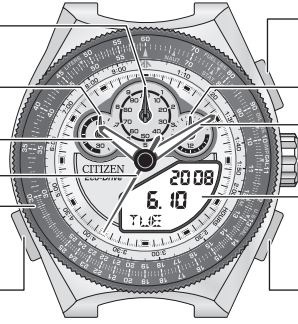
回転ベゼルの使いかた 62

用語解説 66

お問い合わせ窓口 68

ご使用の前に

■ 各部の名称



お買い上げいただいた時計とイラストは異なる場合があります。

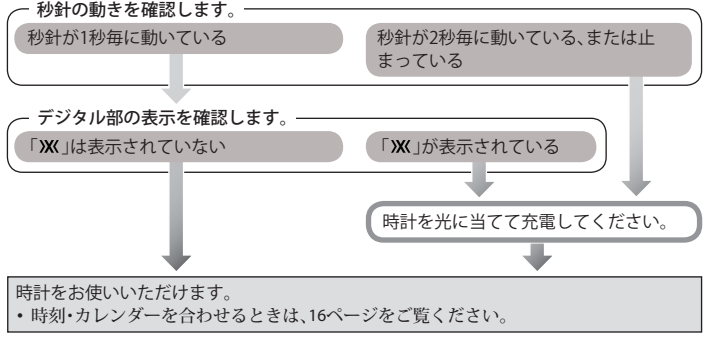
■ ねじロックりゅうずの使いかた

モデルによってりゅうずが、ねじロック式の場合があります。ねじロック式でない場合は、ロックを解除することなくお使いいただけます。

ねじロックりゅうずの確認方法
 りゅうずを引く • 容易に引き出すことができなければ、ねじロックりゅうずです。 りゅうずを右に回す • 途中で回すことができなくなれば、ねじロックりゅうずです。
ねじロックりゅうずの使いかた
 りゅうずが飛び出すまで左に回す • ロックが解除され、操作ができるようになります。 りゅうずを押し込みながら右に回し、しっかり締める • 再びロックされます。

■ 充電の状態を確認する

時計の充電が十分かどうか、次のことを確認してください。



■ 充電方法

この時計は、電気エネルギーを蓄える二次電池を内蔵しています。文字板に直射日光や蛍光灯の光を当てることにより、充電できます。

時計を快適にお使いいただくには

- **月に一度は長時間直射日光に当てて充電する。**
- 時計を外したら、太陽光の当たる窓際などの**明るい**場所に置く。
- 時計を光の当たらない場所で長期保管するときは、保管前に十分に充電する。

注意

- 衣服などで時計が隠れて光に当たらないと、十分に充電できないのでご注意ください。
- 車のダッシュボードなど、高温(約50℃以上)になりやすい場所での充電はおやめください。

充電時間については34ページをご覧ください。

■ 基準位置を確認する

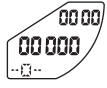
基準位置が正しいかどうかを確認してください。

次のような場合にも、基準位置の確認・修正を行います。
- 時刻合わせを行ってもアナログ部の時刻が正しく表示されない
- 計測時間をリセットしたときに各クロノ針が「0/.00」または「60」を指していない

1. Ⓜボタンをくり返し押してクロノグラフモード（「CHR」）に切り替える

2. **りゅうずの位置を[1]にする**

「0」が表示され、全ての針が現在の基準位置に移動して停止します。



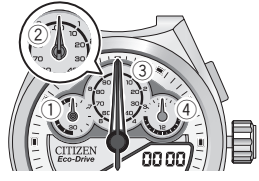
3. **基準位置を確認する**

・正しい基準位置を表示していない場合は、42ページの手順***3***に進みます。

4. **りゅうずの位置を[0]にして確認を終了する**

アナログ部に現在の時刻が表示されます。

正しい基準位置

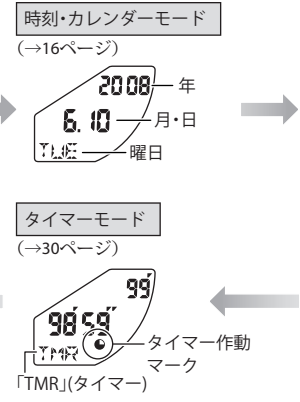


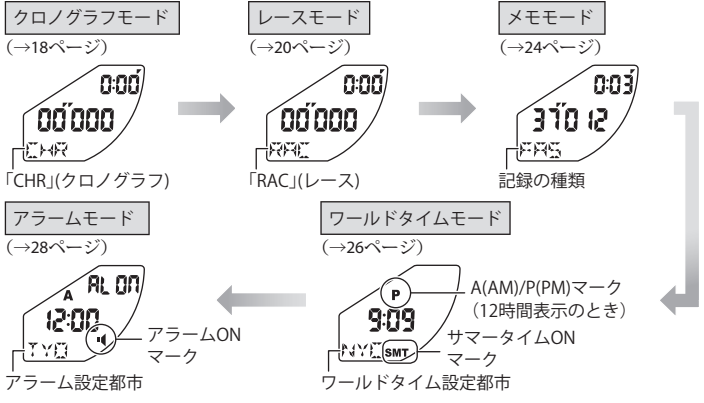
①秒クロノ針が「60」を指している
②1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針が「0/.00」を指している
③時・分・秒針が12時の位置を指している
④24時間針が「24」を指している

デジタル部のモードを切り替える

1. **Ⓜボタンをくり返し押して、モードを切り替える**

時刻・カレンダーモードまたはワールドタイムモードの表示中に**Ⓑボタン**を押すと、デジタル部の照明が2秒間点灯します。




クロノグラフモード
（→18ページ）
「CHR」(クロノグラフ)
レースモード
（→20ページ）
「RAC」(レース)
メモモード
（→24ページ）
記録の種類
ワールドタイムモード
（→26ページ）
A(AM)/P(PM)マーク
（12時間表示のとき）
サマータイムON
マーク
ワールドタイム設定都市
アラームモード
（→28ページ）
アラームON
マーク
アラーム設定都市

時刻・カレンダーを合わせる—時刻・カレンダーモード

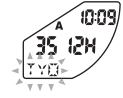
都市の略称は「都市名一覧表」(→60ページ)でご確認ください。

- 時刻・カレンダーモードで合わせる都市と時刻がこの時計のホームタイムです。
- アナログ部の時刻はデジタル部の設定に連動し、ホームタイムを表示します。

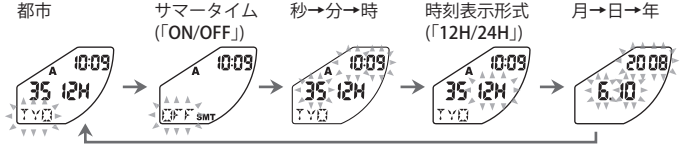
1. Ⓜボタンを押して時刻・カレンダーモードに切り替える

2. りゅうずの位置を1にする

秒針が0秒の位置に移動し、全ての針が停止します。
都市名が点滅します。



3. Ⓜボタンを押して設定する項目に切り替え、ⒶまたはⒷボタンを押して値を変える



- ⒶまたはⒷボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。
- サマータイムON/OFF、秒、時刻表示形式の設定はⒶボタンを使います。

4. 設定が終わったら、りゅうずの位置を0にする

設定した時刻に針が移動します。

- 設定の途中でりゅうずの位置を0にしても、それまでの設定内容は有効です。
- 針が移動している間は、ボタン操作は行えません。

クロノグラフ機能を使う—クロノグラフモード

1/1000秒単位で、最長23時間59分59秒999まで計測することができます。

- 計測時間が23時間59分59秒999を過ぎると、計測を停止し、計測時間がリセットされます。
- 計測を開始（または再開）して60秒が経過すると、1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針が「0/.00」の位置で停止します。
- 1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針が停止すると、計測を継続したままモードを切り替えられるようになります。このとき、レースモードとメモモードには切り替わりません。

1. Ⓜボタンを押してクロノグラフモード(「CHR」)に切り替える

- 各クロノ針が「0/.00」または「60」を指していない場合は、基準位置を修正してください。(→41ページ)

2. Ⓑボタンを押して計測を開始する

- 計測中にⒶボタンを押すと、押すごとにスプリットタイムが10秒間表示されます。

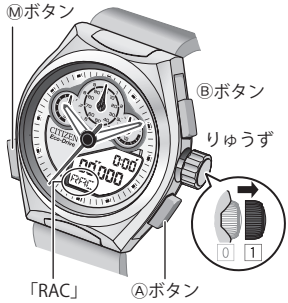
SPL(スプリット)表示

3. Ⓑボタンを押して計測を停止する

- もう一度Ⓑボタンを押すと計測が再開されます。
- 停止中にⒶボタンを押すと計測時間がリセットされます。

ラップタイムを計測する—レースモード

ラップタイムと各ラップの平均時速を計測することができます。計測記録のうち、最新の20回分がメモモードに保存されます。(→24ページ)



■ コースの距離を設定する

- コースの距離を設定することにより時速が算出されます。(設定範囲:0〜99.999km)
- 距離を設定すると、メモモードに保存されている計測記録が消去されます。計測記録が消去される前に設定を中断するときは、21ページの手順**3**を行う前に**りゅうず**の位置を0にします。

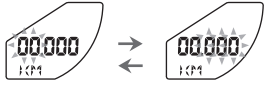
1. **Ⓜボタンを押してレースモード(「RAC」)に切り替える**

2. **りゅうずの位置を1にする**

3. **Ⓐボタンを押して「YES」を表示させ、Ⓜボタンを2秒以上押す**
これまでの計測記録が消去され、前回の距離が表示されます。

4. **ⒶまたはⒷボタンを押して数値を合わせ、Ⓜボタンを押して位を切り替える**

整数　　小数第一位→第二位→第三位

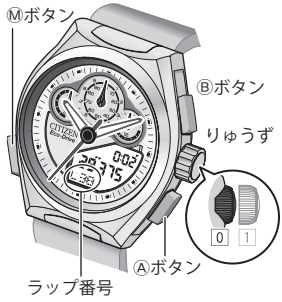


• ⒶまたはⒷボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。

5. **設定が終わったら、りゅうずの位置を0にする**

ラップタイムを計測する—レースモード（つづき）

■ ラップタイムを計測する



- 計測記録のうち、最新の20回分がメモモードに保存されます。（→24ページ）
- 時速を算出させるには計測前にコースの距離を設定します。（→20ページ）
- ラップ番号は「99」を越えると「01」にもどり、記録が上書きされます。
- 計測中にモードを切り替えることはできません。

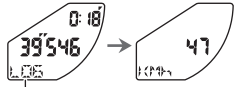
1. **Ⓜボタンを押してレースモード（「RAC」）に切り替える**

2. **Ⓑボタンを押して計測を開始する**

3. Ⓐボタンを押してラップタイムを計測する

Ⓐ**ボタン**を押すごとに、ラップタイムとラップ番号（「**01**」～「**99**」）が7秒間、次に時速が3秒間表示されます。

- 時速の表示は「**999**」までです。それ以上の場合は「**---**」と表示されます。



4. Ⓑボタンを押して計測を停止する

ラップタイムとラップ番号、次に時速が表示されたあと、経過時間の合計が表示されます。

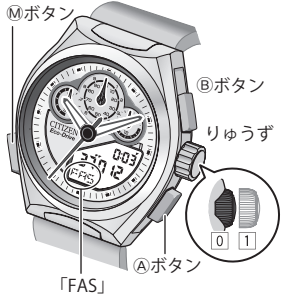
- もう一度Ⓑ**ボタン**を押すと計測が再開されます。
- 停止中にⒶ**ボタン**を押すと計測時間がリセットされます。

<u>計測記録を見るときは</u>

メモモードに切り替えます。（→24ページ）

レースモードの計測記録を見る—メモモード

計測後に、最新の計測記録を20回分まで見ることができます。



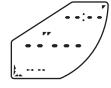
■ 計測記録を見る

最大20回分の計測記録から、最速、平均、最遅のラップタイムが表示されます。

1. **Ⓜボタンを押してメモモードに切り替える**

「**FAS**」が表示されます。

- 計測記録がないときは「--」が表示されます。



2. Ⓐボタンを押して保存された計測記録を見る

- ラップタイムの表示中にⒷボタンを押すと、時速が3秒間表示されます。
- 「FAS」と「LAT」は、ラップ番号と交互に表示されます。

■ 計測記録を消去する

1. Ⓜボタンを押してメモモードに切り替える

2. りゅうずの位置を[1]にする

3. Ⓐボタンを押して「YES」を表示させ、Ⓜボタンを2秒以上押す
計測記録が消去され、「--」が表示されます。

4. りゅうずの位置を[0]にする

他の都市の時刻を見る—ワールドタイムモード

世界43都市とUTCの中から都市を選んで、時刻を見ることができます。

- ワールドタイムの時刻はホームタイムとの時差をもとに算出されます。
- **りゅうず**の位置が0のときにⒶ・Ⓑ**ボタン**を同時に押すと、表示中のワールドタイムの都市とホームタイムの都市を入れ換えることができます。
- サマータイムの設定は都市ごとに行います。

都市の略称は「都市名一覧表」(→60ページ)でご確認ください。

■ 都市を選ぶ

1. Ⓜボタンを押してワールドタイムモードに切り替える

2. りゅうずの位置を1にする

3. ⒶまたはⒷボタンを押して都市を選び、Ⓜボタンを押してサマータイムの設定に切り替える

- ⒶまたはⒷボタンを押し続けると表示が連続して変わります。

4. Ⓐボタンを押してサマータイムON/OFFを設定する

5. りゅうずの位置を0にする

アラーム機能を使う—アラームモード

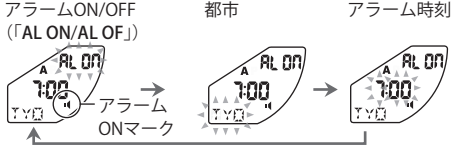
都市を選び、その都市の時刻にアラームを設定することができます。

りゅうずの位置が0のときにⒶ**ボタン**を2秒以上押すと、アラーム音を最長で10秒間試聴(モニター)することができます。

1. **Ⓜボタンを押してアラームモード(「AL」)に切り替える**

2. **りゅうずの位置を1にする**

3. **Ⓜボタンを押して設定する項目に切り替え、ⒶまたはⒷボタンを押して値を変える**



- アラームON/OFFの設定はⒶボタンを使います。
- 都市、アラーム時刻の設定時は、ⒶまたはⒷボタンを押し続けると表示が連続して変わります。

4. **設定が終わったら、りゅうずの位置を0にする**

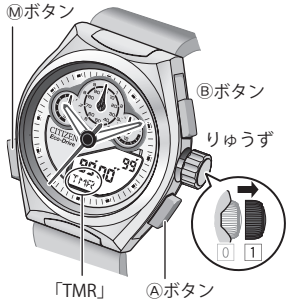
設定時刻になると

アラーム音が15秒間鳴ります。

- いずれかのボタンを押すと、アラーム音は止まります。

タイマー機能を使う—タイマーモード

1分から99分まで、1分刻みでタイマーを設定することができます。



1. **Ⓜボタンを押してタイマーモード（「TMR」）に切り替える**

前回の設定時間が表示されます。

- 設定時間を変えないときは手順**5**に進みます。

2. **りゅうずの位置を1にする**

3. **ⒶまたはⒷボタンを押してタイマーの時間を設定する**

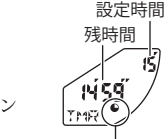
- ボタンを押し続けると、表示が連続して変わります。

4. **設定が終わったら、りゅうずの位置を0にする**

5. **Ⓑボタンを押してタイマーを作動させる**

「◔」(タイマー作動マーク)が表示されます。

- Ⓑ**ボタン**を押すごとに、作動または停止します。
- タイマー作動中にⒶ**ボタン**を押すと、設定時間の始めからカウントダウンを再開します。
- タイマー停止中にⒶ**ボタン**を押すと、設定時間にもどります。



タイマー作動中にモードを切り替えても、カウントダウンは継続されます。

<u>設定時間が過ぎると</u>

タイムアップ音が5秒間鳴ります。

- いずれかの**ボタン**を押すとタイムアップ音が止まり、設定時間にもどります。

充電について

■ 充電不足になると:充電警告機能

充電不足になると、充電警告機能(①・②)が順に働き、充電が必要であることを知らせます。文字板を光に当てて充電してください。

充電警告時の時計の動作
充電不足になると:充電警告機能① デジタル部に「⟩⟨」(充電警告①マーク)が表示され、1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針が動作しなくなります。(秒クロノ針は動作します。)
さらに充電不足になると:充電警告機能② 秒針が2秒毎に動き、設定や確認の操作ができなくなります。 • 充電警告②中は、アラーム音は鳴りません。 • 2秒運針が約3日以上続くと、充電不足で時計が停止します。

	充電が進むと：
	デジタル部の「XX」が消えます。
	秒針が1秒毎に動くようになります。 • デジタル部の「XX」が消えるまで、充電を続けてください。

充電について（つづき）

■ 充電時間の目安

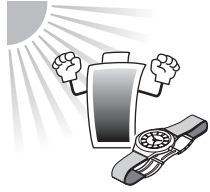
時計の文字板を連続して光に当てた場合の、目安の数値です。

照度 (ルクス)	環境	停止状態からフル充電するまで（約）	1秒運針の状態で、一日動くためのエネルギーを確保するまで（約）
3,000	蛍光灯(30W)の下20cm	200時間	40分
10,000	曇天	60時間	12分
100,000	夏の直射日光下	30時間	3分

表より、充電する環境や時間によって時計が確保できるエネルギー量の目安を知ることができます。
例えば、曇天下で約4時間光に当てると、およそ20日間動くためのエネルギーを確保できることがわかります。

より長い時間、またはより明るい光を文字板に当てることで、より多くのエネルギーを蓄えることができます。太陽光と蛍光灯では、太陽光の方が短時間で効率的に充電できます。

- 時計を長時間直射日光下に置いておくと熱くなりますが、50℃未満であれば問題ありません。

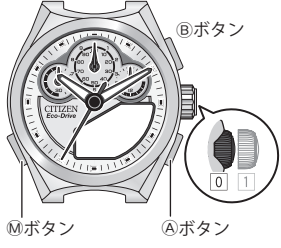


＜フル充電すると：過充電防止機能＞

文字板に光が当たり、フル充電になると、それ以上は充電されないように自動的に過充電防止機能が働きます。

パワーセーブ機能

文字板に光が当たらない状態が一定の時間続くと、パワーセーブ機能が働き、電池の消耗を抑えます。この時計には2つのパワーセーブ機能(①・②)があります。



パワーセーブ機能が働く条件
文字板に光が当たらない状態が30分間以上続いたとき:パワーセーブ機能①
文字板に光が当たらない状態が7日間以上続いたとき:パワーセーブ機能②

注意
パワーセーブ機能が解除された後に秒針が2秒毎に動いている場合は、時計を充電してください。(→32ページ)

	時計の動作	解除方法
	デジタル部の表示が消灯する	文字板に光を当てる、またはいずれかの**ボタン**を押す
	デジタル部の表示が消灯し、全ての針が基準位置で停止する	文字板に光を当てる • 時・分・秒・24時間針が動き、現在の時刻を表示します。 • 正しい時刻が表示されない場合は、時刻・カレンダー合わせを行ってください。(→16ページ)

困ったときは

困ったときは以下の項目をご確認ください。

時計の状態	対処方法	詳細ページ
針の動きがおかしい		
秒針が2秒毎に動く	充電不足です。充電すると、1秒毎に動くようになります。	11、32
1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針が動作しない	充電する	
全ての針が停止している	りゅうずの位置を0にする	16
	充電する	11
アナログ部の時刻が正しく表示されない	基準位置を確認・修正する	41
各クロノ針が「0/.00」または「60」の位置にもどらない		

時計の状態	対処方法	詳細ページ
時計をケースなどから出した途端に針が高速で回りだす	パワーセーブの解除中です。時刻が表示されるまでお待ちください。	36

デジタル部の表示がおかしい

時計をケースなどから出したとき、デジタル表示が全て消灯している	パワーセーブ中です。文字板に光を当てるか、いずれかの**ボタン**を押すと、パワーセーブは解除されます。	36
モードが切り替わらない	クロノグラフモードまたはレースモードの計測を停止する	18、22
「⟩X⟨」が表示される	充電不足です。表示が消えるまで充電してください。	11、32

次のページへ

困ったときは（つづき）

時計の状態	対処方法	詳細ページ
その他		
アラーム音が鳴らない	アラームの設定を確認する	28
	充電する	11、32
時計が異常な表示や動作をする	オールリセットを行う。 それでも正しく動かないときは、お買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。	44
「困ったときは」（38～40ページ）の対処にしたがっても、時計が正しく動かない		
「充電時間の目安」（→34ページ）にしたがって充電しても、すぐに止まる	お買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。	–

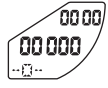
基準位置を修正する

時刻合わせを行ってもアナログ部の時刻が正しく表示されない場合や、計測時間をリセットしたときに各クロノ針が「0/.00」または「60」を指していない場合は、基準位置を修正してください。

1. **Ⓜボタンを押してクロノグラフモード(「CHR」)に切り替える**

2. **りゅうずの位置を1にする**

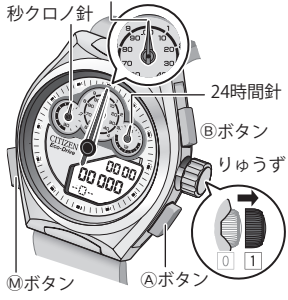
「0」が表示され、全ての針が現在の基準位置に移動して停止します。



- 正しい基準位置(「0時0分0秒」・「計測時間0」)を表示しているときは、43ページの手順**5**に進みます。

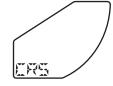
次のページへ

基準位置を修正する（つづき）

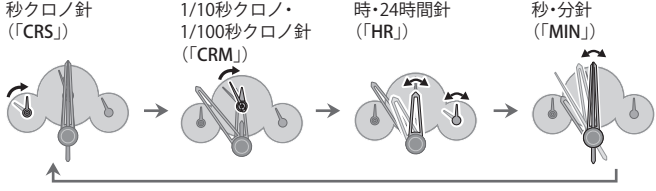


イラストは正しい基準位置を表示しています。

3. **Ⓑボタンを2秒以上押す**
「CRS」が表示されます。



4. **Ⓜボタンを押して修正する針に切り替え、ⒶまたはⒷボタンを押して針の位置を調節する**



- Ⓜボタンを押すごとに、修正できる針が動いてお知らせします。
- ⒶまたはⒷボタンを押し続けると、針が連続して動きます。
- クロノ針の修正はⒷボタンを使います。
- 1/10秒クロノ・1/100秒クロノ針、時・24時間針の修正時は、秒・分針が－3分30秒ぶん移動し、修正する針を見やすくします。

5. 修正が終わったら、りゅうずの位置を0にする

アナログ部に現在の時刻が表示されます。

オールリセット

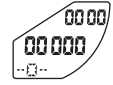
静電気や強い衝撃の影響で、時計が正しく動かないことや、異常な表示をすることがあります。このような場合、オールリセットを行ってください。

注意
オールリセットを行うと、メモモードの計測記録が消去され、各モードの表示は右の表のようになります。

1. りゅうずの位置を1にする

2. Ⓐ・Ⓑ・Ⓜボタンを同時に1回押す

確認音が鳴り、「**0**」が表示されます。



3. 基準位置を修正する

42ページの手順***3***から手順***5***を行います。

オールリセット後は、各モードの表示が下の表のようになります。時刻・カレンダー合わせなど、必要な設定を行ってください。

■ オールリセット後の各モードの表示

時刻・カレンダーモード	2008年1月1日/火曜日
クロノグラフモード	0:00:00:000
レースモード	0:00:00:000
メモモード	––
ワールドタイムモード	AM12時00分/都市：UTC
アラームモード	AM12時00分/アラームOFF/都市：UTC
タイマーモード	99分

使用上の注意

⚠警告 二次電池の取り扱いについて

□時計から二次電池を絶対に取り出さないでください。
やむを得ず電池を取り出した場合は、誤飲防止のため、幼児の手の届かないところに保管してください。

□万一、二次電池を飲み込んだ場合は、ただちに医師に相談して治療を受けてください。

⚠警告 指定の二次電池以外は使用しないでください

□この時計に使われている二次電池以外の電池は絶対に使用しないでください。他の電池を組み込んでも時計は作動しない構造になっていますが、無理に銀電池などの他の種類の電池を使い、万一充電されると過充電となり電池が破裂して時計の破損及び人体を傷つける危険があります。二次電池交換の際は、必ず指定の二次電池をご使用ください。

⚠警告 二次電池の交換について

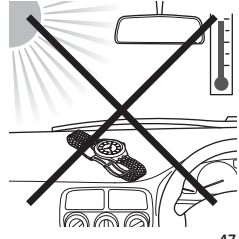
□ 二次電池の交換は不要ですが、まれに電池の不具合による充電不足が発生する場合が予測されます。万一、不具合が生じた時は、速やかに修理依頼してください。

⚠注意 充電上の注意

□ 充電の際に時計が高温になると、外装部品の変色や変形及びムーブメント部品の故障などの原因となります。

□ 高温下（約50℃以上）での充電はおやめください。

例）・白熱灯やハロゲンランプなど、高温になりやすい光源での充電
・車のダッシュボードなどの高温になりやすい場所での充電



⚠注意 携帯時の注意

＜温度について＞

□ 0℃～+50℃の温度範囲外では、時計が停止したり、機能が低下する場合があります。製品仕様の作動温度範囲外でのご使用はおやめください。

＜磁気について＞

□ アナログ式クオーツ時計は、磁石を利用した「ステップモーター」で動いており、外部から強い磁気を受けると、モーターの動きがみだれて正しい時刻を表示しなくなる場合があります。磁気の強い健康器具(磁気ネックレスや磁気健康腹巻)、冷蔵庫のマグネットドア、バッグの留め具、携帯電話のスピーカー部、電磁調理器などには近づけないでください。

＜静電気について＞

□ クオーツ時計に使われているICは、静電気に弱い性質を持っています。強い静電気を受けると正しい時刻を表示しない場合がありますので、ご注意ください。

＜ショックについて＞

□床面に落としたり、強くぶつけるなど衝撃は与えないでください。

＜化学薬品・ガス・水銀について＞

□化学薬品やガスの中でのご使用はおやめください。シンナーやベンジンなどの各種溶剤及びそれらを含有するもの(ガソリン・マニキュア・クレゾール・トイレ用洗剤・接着剤など)が時計に付着すると、変色・溶解・ひび割れなどを起こすことがあります。ケースやバンドが変色することがありますので薬品類には十分ご注意ください。

＜その他＞

□ウレタンバンドの場合は、衣類などの染料や汚れが付着し、除去できなくなることがあります。色落ちする衣類やバッグなどと一緒に使用するときはご注意ください。

□バンドの中留め構造によっては、着脱の際に爪を傷つける恐れがありますのでご注意ください。

使用上の注意（つづき）

⚠警告 防水性能について

- 日常生活用防水時計（3気圧防水）は、洗顔などには使用できますが、水中での使用はできません。
- 日常生活用強化防水時計（5気圧防水）は、水泳などには使用できますが、素潜り（スキンダイビング）やスキューバ潜水などには使用できません。
- 日常生活用強化防水時計（10/20気圧防水）は、素潜りには使用できますが、スキューバ潜水・ヘリウムガスを使う飽和潜水には使用できません。

名称	表示 文字板又は裏蓋	仕様
日常生活用防水時計	WATER RESIST（ANT）	3気圧防水
日常生活用強化防水時計	WATER RESIST（ANT） 5 bar	5気圧防水
日常生活用強化防水時計	WATER RESIST（ANT） 10/20 bar	10気圧防水、20気圧防水

- りゅうずを引いた状態では、防水性に関係なく浸水してしまいますので、ご注意ください。
- 時計の文字板及び裏ぶたの防水性能表示をご確認の上、下図を参照して正しくご使用ください。(1barは約1気圧に相当します)
- WATER RESIST(ANT)×× barはW.R.×× barと表示している場合があります。

	使用例				
	水がかかる程度の使用。(洗顔、雨など)	水仕事や一般水泳に使用。	スキンダイビング、マリンスポーツに使用。	空気ボンベを使用するスキューバ潜水に使用。	水滴がついた状態でのりゅうずやボタンの操作。
	○	×	×	×	×
	○	○	×	×	×
	○	○	○	×	×

次のページへ

⚠注意 防水性能について（つづき）

□ りゅうずは常に押し込んだ状態(通常位置)でご使用ください。りゅうずがねじロックりゅうずの場合は、しっかり固定されているか確認してください。
□ 水分のついたままりゅうずやボタンを操作しないでください。時計内部に水分が入り、防水不良となる場合があります。
□ 時計内部に水が入ったり、ガラス内面にクモリが発生し長時間消えない場合は、そのまま放置せず、お買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口へ修理・点検を依頼してください。
□ 時計内部に海水が入った場合は、箱やビニールに入れてすぐに修理を依頼してください。時計内部の圧力が高まり、部品(ガラスやボタンなど)が外れる恐れがあります。

□ 皮革バンドは材質の特性上、水に濡れると耐久性に影響がでることがあります。水の中で使うことが多い日常生活用強化防水時計の場合は、脱色・接着はがれなどの不具合を起こすことがありますので、あらかじめ金属製またはゴム製のバンドにお取り替えの上、ご使用ください。
□ 日常生活用強化防水時計の使用中に、海水に浸したときや多量の汗をかいた後は、真水でよく洗い、よく拭き取ってください。

⚠注意 時計は常に清潔に

□ 金属部分の腐食や、付着した汗・汚れ・ほこりで衣類の袖口などを汚す場合があります。常に清潔にしてご使用ください。
□ バンドは多少余裕を持たせ、通気性を良くしてご使用ください。
□ 皮革バンドは汗や汚れにより色落ちする場合があります。乾いた布で拭くなど常に清潔にしてご使用ください。

時計を末永くお使いいただくために

日常のお手入れ

- りゅうずやプッシュボタンを長期間動かさないままにしていると、ゴミや汚れが付着して操作ができなくなることがありますので、ときどきりゅうずを空回りさせたり、プッシュボタンを押してください。
- ケースやガラスに付着した汚れや汗などの水分は、柔らかい布で拭き取ってください。
- 金属バンド・プラスチックバンド・ウレタンゴムバンドは水で汚れを洗い落としてください。金属バンドのすき間につまったゴミや汚れは、柔らかいハケなどで取り除いてください。
- 溶剤類(シンナーやベンジンなど)の使用は、変質の恐れがありますのでおやめください。

保管について

- 時計を長期間ご使用にならないときは、汗・汚れ・水分などをよく拭き取り、高温・低温・多湿の場所を避けて保管してください。
- 時計を長期間ご使用にならないときは、充電不足にならないように、できるだけ光が当たる場所で保管してください。

ナチュライト付きの場合

「ナチュライト」は、放射線物質などの有害物質を一切含まない人体や環境に安全な物質を使用した塗料です。
ナチュライトは、太陽光や室内照明などの光を蓄え、暗い所で発光します。ただし、蓄えた光を放出させるため、時間の経過と共に少しずつ明るさ(輝度)は落ちていきます。また、光を蓄えるときの光の明るさや光源からの距離、光の照射時間などによって発光する時間に誤差が生じます。
光が充分に蓄えられていないと、暗い場所で発光しなかったり、発光してもすぐに暗くなってしまう場合がありますのでご注意ください。

保証とアフターサービス

<保証について>

正常なご使用で、保証期間内に万一故障が生じた場合には、保証書に従い、無料修理いたします。

<修理用部品の保有期間について>

当社は、時計の機能を維持するための修理用部品を通常7年間を基準に保有しております。ただし、ケース・ガラス・文字板・針・ボタン・バンドなどの外装部品については、外観の異なる代替部品を使用させていただく場合がありますので、予めご了承ください。

<修理可能期間について>

当社の修理用部品の保有期間中は修理が可能です。ただし、ご使用の状態・環境でこの期間は著しく異なります。修理の可否については、現品ご持参の上販売店でご相談ください。なお、長期間のご使用による精度の劣化は、修理によっても初期精度の復元が困難な場合があります。

<ご転居・ご贈答品の場合>

保証期間中にご転居されたり、ご贈答品のためにご使用の時計がお買い上げ店のアフターサービスを受けられない場合には、最寄りの弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。(→68ページ)

<定期点検(有償)について>

安全に長くご使用いただくために、2～3年に一度、点検(有償)を行ってください。
防水時計の防水性能は経年劣化しますので、防水性能を維持するために、部品の交換が必要です。必要に応じてパッキングやバネ棒などの交換を行ってください。
部品交換の際は、純正部品とご指定ください。交換だけでなく他の部品の点検または修理を行う必要がある場合もありますので、交換修理料金など、詳しくはお買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。(→68ページ)

<その他お問い合わせについて>

保証や修理、その他不明な点がございましたら、お買い上げ店または最寄りの弊社お問い合わせ窓口へご相談ください。(→68ページ)

製品仕様

機種	U70※
型式	コンビネーションソーラーパワーウオッチ
時間精度	平均月差±15秒　常温(＋5℃～＋35℃)携帯時
作動温度範囲	0℃～＋50℃
表示機能	アナログ部 • 時刻:時・分・秒・24時間表示 • クロノグラフ:秒・1/10秒・1/100秒 デジタル部 • カレンダー:年・月・日・曜日 • クロノグラフ(スプリットタイム) • レース(ラップタイム・時速) • レースメモ(ラップタイム・時速) • ワールドタイム • アラーム • タイマー

持続時間	フル充電後、一度も充電しないで時計が停止するまで: • 約7年(パワーセーブ機能が働いたとき) • 約8ヶ月(パワーセーブ機能が働かなかったとき) 充電警告②が始まってから時計が停止するまで:約3日
使用電池	二次電池　1個
付加機能	• パワーセーブ機能(①・②)(節電状態) • 過充電防止機能 • 充電警告機能(①・②:2秒運針) • サマータイムON/OFF • フルオートカレンダー(2099年12月31日まで) • LED照明機能

製品仕様は、改良のため、予告なく変更することがあります。

都市名一覧表

略称	都市名	時差	略称	都市名	時差
UTC	協定世界時	±0	**DXB**	ドバイ	+4
LON	ロンドン		**KBL**	カブール	+4.5
MAD	マドリード	+1	**KHI**	カラチ	+5
PAR	パリ		**DEL**	デリー	+5.5
ROM	ローマ		**DAC**	ダッカ	+6
BER	ベルリン		**RGN**	ヤンゴン	+6.5
CAI	カイロ	+2	**BKK**	バンコク	+7
ATH	アテネ		**SIN**	シンガポール	+8
JNB	ヨハネスブルグ		**HKG**	香港	
MOW	モスクワ	+3	**BJS**	北京	
RUH	リヤド		**TPE**	台北	
THR	テヘラン	+3.5	**SEL**	ソウル	+9

略称	都市名	時差	略称	都市名	時差
TYO	東京	+9	**LAX**	ロサンゼルス	–8
ADL	アデレード	+9.5	**DEN**	デンバー	–7
SYD	シドニー	+10	**MEX**	メキシコシティ	–6
NOU	ヌーメア	+11	**CHI**	シカゴ	
AKL	オークランド	+12	**NYC**	ニューヨーク	–5
SUV	スバ		**YMQ**	モントリオール	
MDY	ミッドウェー	–11	**SCL**	サンティアゴ	–4
HNL	ホノルル	–10	**RIO**	リオデジャネイロ	–3
ANC	アンカレッジ	–9	**FEN**	フェルナンド・デ・ノローニャ諸島	–2
YVR	バンクーバー	–8	**PDL**	アゾレス諸島	–1

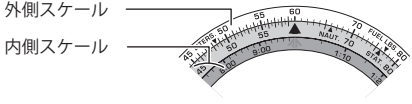
国の事情により、時差や都市名は変わる場合があります。

回転ベゼルの使いかた

モデルによって回転ベゼルが付いているものがあります。
ベゼルの計算機能を使って、次の計算を行うことができます。

1. 時速、走行距離、所要時間の計算
2. 燃料消費率、消費燃料、走行時間の計算
3. 単位換算（重量/体積/距離）

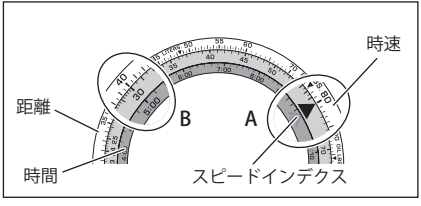
• 計算は、ベゼルの外側スケールを回転させて行います。



注意

• モデルによって、ベゼルの操作方法は異なります。
• 計算結果によっては、適切な位取りをする必要があります。

1. 時速、走行距離、所要時間を計算する



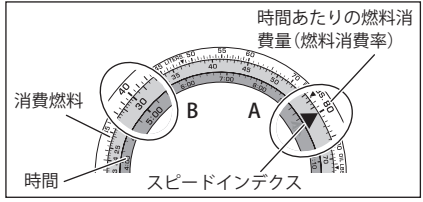
▲(スピードインデクス)は、常に時速を示します。

$$\frac{\text{時速}}{\blacktriangle} = \frac{\text{走行距離}}{\text{所要時間}}$$

例で、Aの窓に注目すると、▲が「80」を示しています。このとき他の部分を見ると、時速が80km/hのときの、走行距離と所要時間の関係がわかります。距離が400km(「40」)であれば、その下の「5:00」から、所要時間が5時間であると読み取れます。
また、Bの窓に注目すると、走行距離と所要時間が合わされています。
よって、計算結果として▲に時速が示されます。

回転ベゼルの使いかた（つづき）

2. 燃料消費率、消費燃料、走行時間を計算する

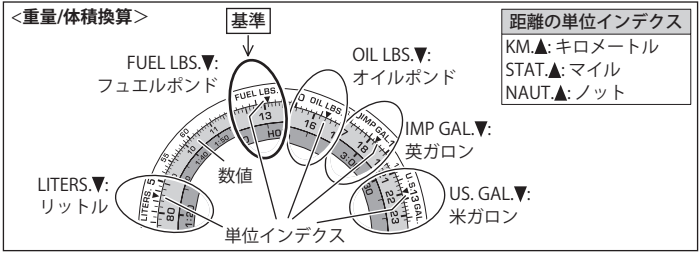


▲（スピードインデクス）は、常に燃料消費率を示します。

$$\frac{\text{燃料消費率}}{\blacktriangle} = \frac{\text{消費燃料}}{\text{走行時間}}$$

例で、Aの窓に注目すると、▲が「80」を示しています。このとき他の部分を見ると、燃料消費率が80リットル/時のときの、消費燃料と走行可能時間の関係がわかります。消費燃料が400リットル(「40」)であれば、その下の「5:00」から、走行可能時間が5時間であると読み取れます。
また、Bの窓に注目すると、消費燃料と走行時間が合わされています。
よって、計算結果として▲に燃料消費率が示されます。

3. 単位換算をする



単位換算では、換算したい単位のインデクス(▲/▼)に数値を合わせ、他の単位インデクス(▲/▼)が示す数値を読み取ります。
例では、13.1フュエルポンドを基準とすると、16.4オイルポンド、1.82英ガロン、2.18米ガロン、8.25リットルと等しいことが読み取れます。

用語解説

用語（掲載ページ）	解説
AVG（5、25）	AVERAGE: 平均。
FAS（5、24）	FASTEST: 最も速い。
LAT（5、25）	LATEST: 最も遅い。
UTC（26、45、60）	Coordinated Universal Time: 協定世界時。国際協定によって維持されている、世界各都市の時刻の基準時です。
エコ・ドライブ（3）	光を電気エネルギーに変換し、時計を効率よく駆動させる環境に優しい技術。
サマータイム（15、17、26、59）	日照時間が長くなる夏の期間だけ時刻を 1 時間進めて、夏時間とする制度。時期および実施の有無は、国や地域によって異なります。
スプリットタイム（19）	同一のスタート地点からの経過時間。

用語(掲載ページ)	解説
ねじロックりゅうず(9)	防水や誤操作防止のため、ねじによって固定されているりゅうず。
フルオートカレンダー(59)	2月29日を含め、毎月末のカレンダー修正を自動で行う機能。
ホームタイム(16、26)	2つ以上の時刻が表示されるときに、主に使用する時刻。
ラップタイム(3、5、20、22、25、58)	区間タイム(直前に測定した瞬間をスタート地点とした経過時間)。
基準位置(12、19、37、38、41、44)	アナログ部(各針)の表示の基準となる、「0時0分0秒」・「計測時間0」のときの表示。基準位置がずれていると、時刻・計測時間が正しく表示されません。